5T82 BSB5T82-A0705

セイコーウオッチ株式会社 http://www.seiko-watch.co.jp/

お客様相談窓口〔全国フリーダイヤル〕0120-612-911（下記の最寄地に着信いたします）

お客様相談室

東 京	〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町 2-1-10
大 阪	〒550-0013 大阪市西区新町 1-4-24 大阪四ツ橋新町ビルディング 8階

SEIKO

取 扱 説 明 書

INSTRUCTIONS

ワールドタイム
アラーム機能（ワンタイムアラーム）付

H-2

この度は弊社製品をお買い上げいただき、
誠にありがとうございました。
ご使用の前にこの説明書をよくお読みの上
正しくご愛用くださいますよう、お願い申し上げます。

なお、この説明書はお手元に保管し必要に応じてご覧ください。

※ お買い求めの際の金属バンドの調整はお買い上げ店・弊社お客様相談窓口（裏表紙に記載）にて承っておりますが、その他のお店では有料もしくはお取扱いいただけない場合があります。

※ 保証期間内でも電池交換は有料となります。

お買い上げの時計には検査用のモニター電池が入っています。所定の年数よりも早めに電池が切れることがあります。

⚠ 警告

取扱いを誤った場合に、重傷を負うなどの重大な結果になる危険性が想定されることを示します。

時計から電池を取り出さないでください

乳幼児の手の届くところに時計本体や部品を置かないでください

電池や部品を乳幼児が飲み込んでしまうおそれがあります。
万一飲み込んだ場合は、身体に害があるため、
ただちに医師とご相談ください。

次のような場合、ご使用を中止してください

○ 時計本体やバンドが腐食等により鋭利になった場合
○ バンドのピンが飛び出してきた場合

※ すぐに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口（裏表紙に記載）にご相談ください

⚠ 注意

取扱いを誤った場合に、軽傷を負う危険性や物質的損害をこうむることが想定されることを示します。

以下の場所での携帯・保管は避けてください

○ 揮発性の薬品が発散しているところ（除光液などの化粧品・防虫剤・シンナーなど）
○ 5℃～35℃から外れる温度に長期間なるところ　○ 高湿度なところ
○ 磁気や静電気の影響があるところ　○ ホコリの多いところ　○ 強い振動のあるところ

※ 電池が切れた状態で長時間放置しないでください。電池が漏液するおそれがあります。

アレルギーやかぶれを起こした場合

ただちに時計の使用をやめ、皮膚科など専門医に相談してください。

その他のご注意

○ 提げ時計やペンダント時計のひもやチェーンが衣類や手・首などを傷つけるおそれがありますのでご注意ください。
○ 乳幼児に時計が触れないようにご注意ください。ケガやアレルギーをひき起こすおそれがあります。
○ 商品の分解・改造はしないでください。

目　次

操作について

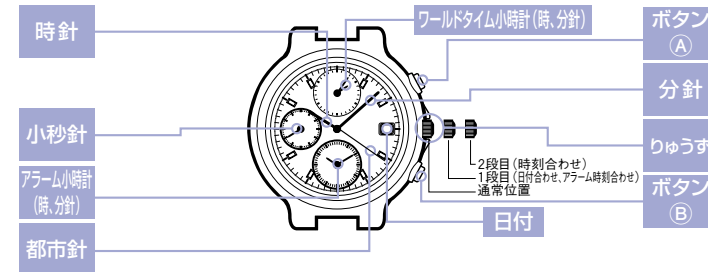
ご注意いただきたいこと

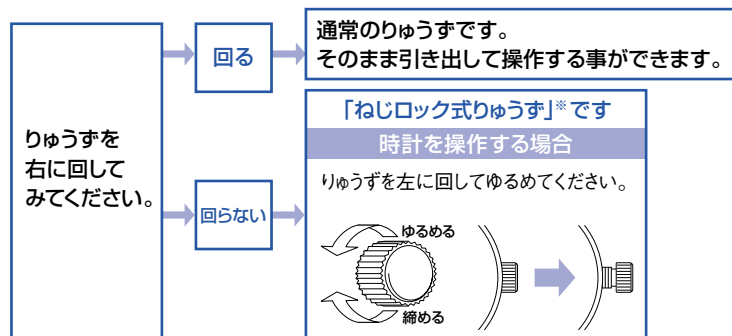
操　作　に　つ　い　て

特長

この時計は、基本時計とワールドタイム機能とアラームを備えたアナログ時計です。

- ●基本時計は、時・分・小秒針で表示します。
- ●ワールドタイムは、都市針が示す都市の時刻を12時位置の小時計が24時間制表示でローカルタイムを表示します。24タイムゾーンの選択ができます。
- ●アラームは設定した時刻に1回だけ鳴るワンタイムアラームです。1分単位で約12時間先までの設定が可能です。
- ●サウンドデモンストレーション（アラーム音の試聴）ができます。

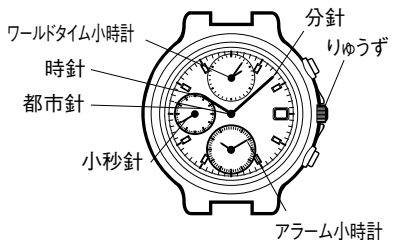
各部の名称

※りゅうずにはねじロック構造を持っているものがあります。
（→「りゅうずをご確認ください」を参照）
※以降の説明では、説明に不要な部分の針を省略することがあります。

りゅうずをご確認ください

※ りゅうずが誤って引き出される事を防止するため、時計本体にねじ止めできるりゅうずです。
- ○ 時計の操作後は必ずりゅうずを押し付けながら右に回して元通りに締めてください。
- ○ りゅうずを締める時、回しにくい場合は元に戻してからやり直してください。
- ○ 無理に締めますとねじを壊す恐れがあります。

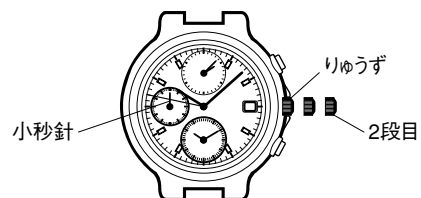
時刻合わせ、ワールドタイム合わせ、アラーム小時計の合わせ（基本時計・各小時計）

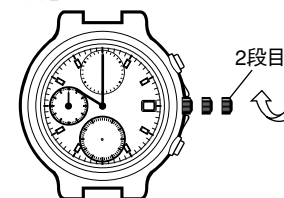
この時計は時刻合わせ（基本時計）とワールドタイム小時計およびアラーム小時計の合わせは、すべてにりゅうず2段目位置で行ないます。
そのため、時刻合わせ等でりゅうずを2段目に引き出した際は、下記の4つの項目を確認または合わせ直してから、りゅうずを押し込んでください。

- ・基本時計の時刻
- ・ワールドタイム小時計の時刻
- ・都市針の位置
- ・アラーム小時計の時刻

ワールドタイム小時計
時針
都市針
小秒針
分針
りゅうず
アラーム小時計

⚠ 注意

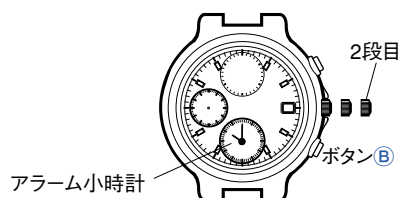
・ワールドタイム小時計の時刻は都市針が指す都市の時刻に合わせてください。そうしないとワールドタイム機能が正しくはたらきません。

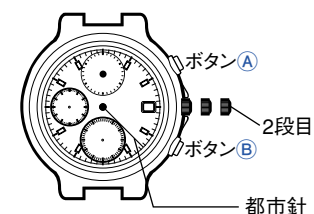
①りゅうずを2段目まで引き出してください。小秒針が止まります。小秒針は12時の位置に止めてください。

※アラーム小時計がアラーム時刻を示している場合（＝アラームが設定されている）は、アラーム小時計が早送りして現時刻を示します。

②りゅうずを回して、「基本時計」の時刻を合わせます。

このとき合わせる時刻は、今から数分後の時刻に合わせることをお勧めします。
その理由は、この後「アラーム小時計」さらに「ワールドタイム小時計および都市針の合わせ」を行なうためです。すべての合わせが終わってから、りゅうずを押し込むことになるので、数分先の時刻に合わせておく必要があります。

※日付が変わるところが、深夜12時です。午前または午後を間違えないように合わせてください。
※この時、正確に合わせるために分針を正しい時刻より4〜5分進めてから針を戻して合わせてください。

③次にボタンⒷを押して「アラーム小時計」の時刻合わせをします。「②」で合わせた基本時計の時刻と同じ時刻に合わせます。

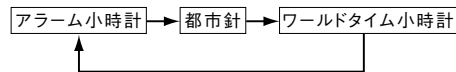
ボタンⒷを押し続けると、早送りします。

※アラーム小時計には、午前午後の区別はありません。

④次に、ボタンⒶを約2秒押し続けてください。「都市針」が1周します。ボタンⒷを押して、都市針を時刻の分かる都市（通常はあなたの都市と同じタイムゾーンにある都市）に合わせます。ボタンⒷを押し続けると、早送りします。

※「都市針」位置合わせの際には、都市毎ではなく、0.5秒ステップで動きます。

⑤さらにボタンⒶを約2秒押し続けると、「ワールドタイム小時計」が回ります。

ボタンⒷを押して、「ワールドタイム小時計」を都市針で選択した都市の時刻に合わせてください。ボタンⒷを押し続けると、早送りします。

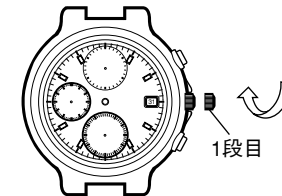
※「ワールドタイム小時計」の時針は1周24時間の目盛りになっていますのでご注意ください。

※次に、ボタンⒶを2秒以上押すと、「アラーム小時計の時刻合わせ」に戻ります。「ボタンⒶを2秒以上押す」ことで、以下のような修正順番で「合わせ」が可能です。

⑥すべての合わせができ、基本時計等を合わせた時刻になったらりゅうずを押し込みます。

※時刻合わせは、電話の時報サービスTEL.117が便利です。

日付の合わせかた

・時刻合わせができてから、日付を合わせてください。
・1ヶ月が31日でない＝小の月（2,4,6,9,11月）の翌月のはじめに、日付を合わせ直すときに行ないます。

①りゅうずを1段目まで、引き出してください。

②りゅうずを右に回して、日付を合わせてください。

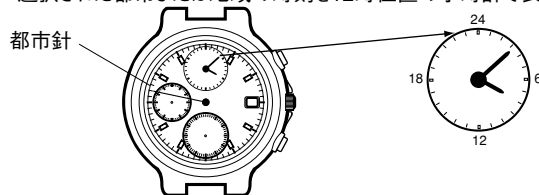
※午後9時から午前1時までは日付を合わせないでください。この時間帯に合わせると、翌日になっても日付が変わらないことがあるので、この時間帯外で日付を合わせてください。

③合わせ終わったら、りゅうずを押し込んでください。

ワールドタイム機能の使いかた

・世界24タイムゾーンの時刻を表示できます。
・都市針が指し示す都市のローカルタイムを12時位置の小時計で表示します。
・ワールドタイム小時計は24時間制の表示で、午前午後が読み取れます。
・サマータイムを実施する都市等の場合は、時計方向に1つ隣のタイムゾーンを選択することでその時刻を知ることができます。

○ワールドタイム小時計の読みかた

選択された都市または地域の時刻を12時位置の小時計で表示します。

※時針の目盛りは1周が24時間になっていますので、読み取る際にはご注意ください。

○ワールドタイムの使いかた

〈ワールドタイム機能で表示される時刻について〉
ワールドタイムは、基本時計の時刻合わせ等と同時に行います。その際に正しく合わせられていないと、ワールドタイムとして機能しませんのでご注意ください。
→「時刻合わせ、ワールドタイム合わせ、アラーム小時計の合わせ」をお読みください。

ボタンⒶ

ボタンⒷ

・ボタンⒶまたはボタンⒷを押して時刻の知りたい都市を選択します。
・ボタンⒶで時計方向に、ボタンⒷで反時計方向に移動します。押し続けると早く移動できます。
・12時位置の小時計で選択された都市の時刻（ローカルタイム）を24時間制で表示します。
※都市針の移動が多い場合、小時計が止まるまでお待ちください。
・サマータイム（DST:Daylight Saving Time）を施行する都市および地域では、その施行期間内、時計方向に1つ隣のタイムゾーンを選択してください。

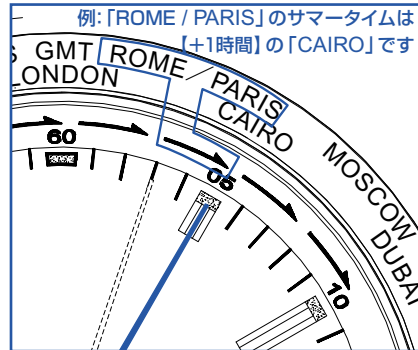
都市と時差の比較表

時計のベゼルや文字板上には、サマータイムを施行する都市にはサマータイム中に合わせる場所が矢印で表示されています。

サマータイム（DST）は夏時間のことです。夏の日照時間の長いときに、時刻を1時間進めて昼間の時間を長くする制度です。

サマータイムに合わせるときは、【＋1時間】のタイムゾーンを選択してください。

＋1時間のタイムゾーンは、矢印の方向（時計回り）に1つ先です。

※各都市と時差等については、「都市と時差の比較表」を参照ください。

※都市名・GMTとの時差は以下のとおりです。

GMTとの時差	ベゼルまたは文字板上の都市表記	都市名	その他の都市
±0時間	LONDON, (GMT)	ロンドン★	カサブランカ、ダカール
＋1時間	ROME/PARIS	ローマ★、パリ★	アムステルダム★、フランクフルト★、ベルリン★
＋2時間	CAIRO	カイロ★	アテネ★、イスタンブール★、キエフ★、ケープタウン★、トリポリ
＋3時間	MOSCOW	モスクワ★	ジェッダ、メッカ、ナイロビ
＋4時間	DUBAI	ドバイ	
＋5時間	KARACHI	カラチ	タシケント
＋6時間	DHAKA	ダッカ	
＋7時間	BANGKOK	バンコク	プノンペン、ジャカルタ
＋8時間	HONG KONG	香港	マニラ、北京、シンガポール
＋9時間	TOKYO	東京	ソウル、平壌
＋10時間	SYDNEY	シドニー★	グアム島、ハバロフスク★
＋11時間	NOUMEA	ヌメア	ソロモン諸島
＋12時間	WELLINGTON	ウェリントン★	フィージー諸島、オークランド★
−11時間	MIDWAY	ミッドウエイ島	
−10時間	HONOLULU	ホノルル	

GMTとの時差	ベゼルまたは文字板上の都市表記	都市名	その他の都市
−9時間	ANCHORAGE	アンカレッジ★	
−8時間	LOS ANGELES	ロサンゼルス★	サンフランシスコ★、バンクーバー★
−7時間	DENVER	デンバー★	エドモントン★
−6時間	CHICAGO	シカゴ★	メキシコシティー★
−5時間	NEW YORK	ニューヨーク★	ワシントンD.C.★、モントリオール★、トロント★
−4時間	CARACAS	カラカス	サンティアゴ★
−3時間	RIO DE JANEIRO	リオデジャネイロ★	ブエノスアイレス
−2時間	―	―	―
−1時間	AZORES	アゾレス諸島★	カーボヴェルデ諸島

★…サマータイム有り
※各都市の時差、およびサマータイムは国または地域の都合により変更する場合があります。

アラームの使いかた（ワンタイムアラーム）

- セットした時刻に1回だけ鳴る、「ワンタイムアラーム機能」です。鳴鐘後、セットした時刻はキャンセルされます。
- 約12時間先までの時刻に1分単位でセットができます。
- サウンドデモンストレーション（アラーム音の試聴）ができます。

アラーム小時計は、アラームがセットされていない場合は、現在時刻を示し、アラームがセットされている場合はアラーム時刻を示します。

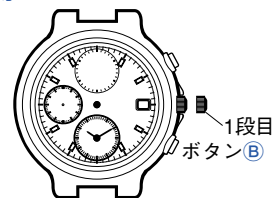
〈アラーム小時計の時刻合わせについて〉
　アラーム小時計の現時刻合わせは、基本時計の時刻合わせ等と同時に行います。
→「時刻合わせ、ワールドタイム合わせ、アラーム小時計の合わせ」をお読みください。

○アラーム設定時刻の合わせかた

①りゅうずを１段目に引き出してください。

※りゅうず１段目では、ワールドタイムの操作はできませんので、ご注意ください。

②ボタンⒷを押して、アラーム時刻を合わせます。

押し続けると、早く進みます。

※合わせたい時刻を通りすぎてしまった場合、さらに進めて合わせください。
アラーム時刻が現時刻と一致すると、「アラーム設定なし」の状態になります。そのとき、ボタンⒷを押し続けて現時刻に一致させた場合は、早送りしている針が一旦止まります。
アラーム時刻を合わせる場合は、ボタンⒷを1回離して改めて押して合わせてください。

※アラームが設定できる時刻は、現在の時刻が午前10:08とすると、午後10:07までの時刻になります。

③合わせ終わったら、りゅうずを押し込んでください。

※りゅうずを引き出したままでは、アラームは鳴りません。

○鳴っているアラームを止めるには

アラーム設定時刻になると20秒間アラーム音が鳴り続けます。鳴っているアラームを途中で止める場合は、ボタンⒶ,Ⓑのいずれかを押してください。

※ワールドタイム小時計が早送りしている場合、通常のアラーム音とは異なりますが、異常ではありません。また、アラーム鳴鐘中にワールドタイムの都市の選択操作（ボタンⒶまたはボタンⒷ）を押しても、鳴り止めとして機能し、ワールドタイムの操作にはなりません。鳴り止め後は、通常の操作ができます。アラームは1回鳴ると自動的に設定がキャンセルされます。

○アラーム時刻の修正またはキャンセルする方法

・セットしてあるアラーム時刻を修正したい。
・セットしてあるアラームをキャンセルしたい。

①りゅうずを1段目に引き出してください。

②ボタンⒷを押して、アラーム時刻の修正ができます。押し続けると早送りします。

・キャンセルするには、ボタンⒷを押してアラーム時刻を現時刻の時・分と一致させてください。
また、簡単な方法としてボタンⒷを押し続け早送りさせると、現時刻で早送りが止まるので、そこでボタンⒷを離す方法があります。

③修正またはキャンセルできたら、りゅうずを押し込んでください。

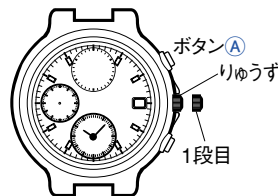
○サウンドデモンストレーション（アラーム音の試聴）のしかた。

①りゅうずを1段目に引き出してください。

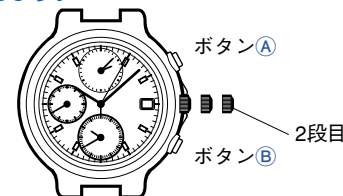
②ボタンⒶを2秒以上押し続けてください。押し続けている間、アラーム音の試聴ができます。

③試聴が終わったら、りゅうずを押し込んでください。

ボタンⒶ
りゅうず
1段目

電池交換後のお願い（システムリセット）

電池交換後または、万が一異常な動きになった場合、以下の操作を行ってください。時計内部がシステムリセットされ、正常に機能するようになります。

●システムリセットのしかた

①りゅうずを2段目に引き出します。

②ボタンⒶとボタンⒷを3秒以上同時に押します。

③りゅうずを通常位置に戻し、通常運針になっているかを確認してください。

システムリセット後は、初期状態になりますので、時刻合わせおよび日付の合わせ等を行ってください。

→「時刻合わせ、ワールドタイム合わせ、アラーム小時計の合わせ」をご参照ください。

製品仕様

1. 水晶振動数・・・・・・・・・・・・・・ 32,768Hz（Hz＝1秒間の振動数）
2. 精度・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 平均月差±15秒
（気温5℃～35℃において腕につけた場合）
アラーム精度：±1分
3. 作動温度範囲・・・・・・・・・・・・・ −10℃～＋60℃
4. 駆動方式・・・・・・・・・・・・・・・・ ステップモーター式：4個
5. 表示内容・・・・・・・・・・・・・・・・【時刻機能】時、分、小秒針（1秒ステップ運針）
【ワールドタイム機能】
時、分針（1分運針）
都市針（1タイムゾーン毎）
【アラーム機能】
時、分針（1分ステップ）
6. 使用電池・・・・・・・・・・・・・・・・ 小型酸化銀電池　SB−BP：1個
7. 電池寿命・・・・・・・・・・・・・・・・ 約3年
ただし、1日にアラーム鳴鐘20秒以内の使用。
8. 電池寿命切れ予告機能つき
9. 電子回路・・・・・・・・・・・・・・・・ 発振、分周、駆動回路（C−MOS−IC）：1個

※上記の製品仕様は改良のため、予告なく変更することがあります。

ご注意いただきたいこと

アフターサービスについて

修理用部品について

○ この時計の修理用部品の保有期間は通常7年間を基準としています。
○ 修理の際、一部代替部品を使用させていただくことがありますのでご了承ください。

電池交換について

○ 電池交換はお買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご依頼ください。
（交換の際に電池の回収をおこなっております。）
その際防水性能を維持するためパッキン交換をご依頼ください。
○ 電池交換は保証期間内でも有料となります。
○ 10気圧防水以上の時計は、防水検査をご依頼ください。
防水検査は日数を要しますので期間をご確認ください。
○ 電池交換してもすぐ止る場合はオーバーホールが必要です。

分解掃除による点検調整（オーバーホール）について

時計は精密機械です。部品の油切れや磨耗により止まり遅れが生じることがあります。その際にはオーバーホールをご依頼ください。オーバーホールの際にはパッキンやばね棒の交換もご依頼ください。

保証と修理について

○ 修理やオーバーホールの際は、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご相談ください。
○ 保証期間内の場合は必ず保証書を添えてください。
○ 保証内容は保証書に記載したとおりです。よくお読みいただき大切に保管してください。

保証について

取扱説明書にそった正常な使用により、お買い上げ後１年以内に
不具合が生じた場合には、下記の保証規定によって無料で修理・調整いたします。

保証の対象部分

○ 時計本体（ムーブメント・ケース）及び金属バンドです。

保証の適用除外（保証期間内あるいは保証対象部分であっても、次のような場合には有料になります）

○ 電池交換及び皮革・ウレタン・布等のバンドの交換
○ 事故または不適切な取扱いによって生じた故障および損傷
○ ご使用中に生じるキズ・汚れ等
○ 火災・水害・地震等の天災地変による故障及び損傷
○ 保証書記載項目の全てが記入された保証書のみが有効です。
　故意に字句を書き換えた場合は規定の無償修理は受けられません。

保証は、保証書に明示した期間・条件のもとにおいて、無料修理をお約束するものです。
これによりお客様の法律上の権利を制限するものではありません。保証書は日本国内のみ有効です。

保証を受ける手続き

○ 保証対象の不具合が生じた場合は、時計と別紙保証書をご持参の上、
　お買い上げ店にご依頼ください。
○ お買い上げ店の保証が受けられない場合には、「セイコーウオッチ株式会社
　お客様相談窓口」に保証書を添えてご依頼ください。

その他

○ 修理のとき、ムーブメントを交換させていただいたり、ケース・文字板・針・ガラス・
　バンドなどに、一部代替部品を使用させていただくこともありますので、ご了承ください。
　ご使用部品の保有期間は本取扱説明書（P.28）をご参照ください。
○ 金属バンド等の調整は、お買い上げ店または弊社お客様相談窓口に
　ご依頼ください。上記以外の販売店での調整は有料になります。

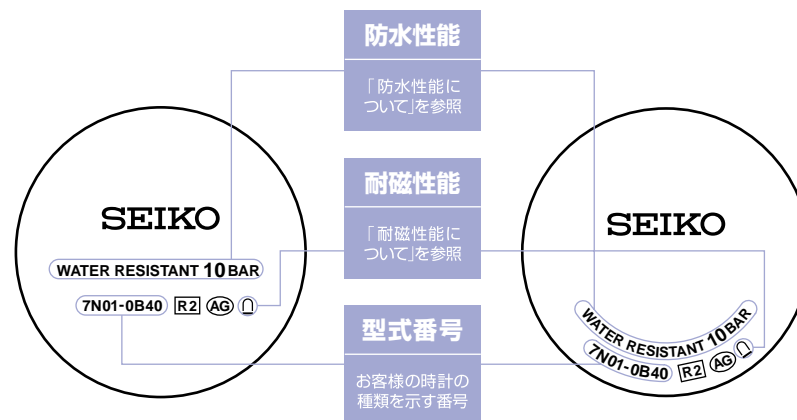
お手入れについて

日頃からこまめにお手入れしてください

○ 水分や汗、汚れはこまめに柔らかい布で拭き取るように心掛けてください。
○ すきま（金属バンド、りゅうず周り、裏ぶた周りなど）の汚れは柔らかい歯ブラシが有効です。
○ 海水に浸けた後は、必ず真水でよく洗ってから拭き取ってください。
　その際、直接蛇口から水をかけることは避け、容器に水をためるなどしてから洗ってください。

りゅうずは時々回してください

○ りゅうずの錆び付きを防止するために、時々りゅうずを回してください。
○ ねじロック式りゅうずの場合も同様です。（りゅうずを引く必要はありません）

時計の裏ぶたでも性能と型式の確認ができます

※上記の図は例であり、お買上げいただいた時計とは異なります。

防水性能について

お買い上げいただいた時計の防水性能を
下記の表でご確認の上ご使用ください。
(「P.33」をご覧ください)

注意

○ 防水性能を維持するため、電池交換の際は必ずパッキン交換をご依頼ください。

○ また電池交換の際、10気圧防水以上の時計は防水検査をご依頼ください。

裏ぶた表示	防水性能	お取扱方法
表示なし	非防水です。	水滴がかかったり、汗を多くかく場合には、使用しないで下さい。
WATER RESISTANT	日常生活用防水です。	日常生活での「水がかかる」程度の環境であれば使用できます。 ⚠ 警告 水泳には使用しないで下さい。
WATER RESISTANT 5 BAR	日常生活用強化防水で5気圧防水です。	水泳などのスポーツに使用できます。
WATER RESISTANT 10(20) BAR	日常生活用強化防水で10(20)気圧防水です。	空気ボンベを使用しないスキンダイビングに使用できます。

⚠ 警告

この時計はスキューバダイビングや飽和潜水には絶対に使用しないで下さい

BAR(気圧)表示防水時計はスキューバダイビングや飽和潜水用の時計に必要とされる苛酷な環境を想定した様々な厳しい検査を行っていません。専用のダイバーズウオッチをご使用下さい。

⚠ 注意

※ 万一、ガラス内面にくもりや水滴が発生し、長時間消えない場合は防水不良です。
お早めに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口(裏表紙に記載)にご相談ください。

水分のついたまま、りゅうずやボタンを操作しないで下さい

時計内部に水分が入ることがあります。

⚠ 注意

水や汗、汚れが付着したままにしておくのは避けて下さい

防水時計でもガラスの接着面・パッキンの劣化や、
ステンレスが錆びることにより、防水不良になる恐れがあります。

入浴やサウナの際はご使用を避けてください

蒸気や石けん、温泉の成分などが防水性能の劣化を早めてしまうからです。

直接蛇口から水をかけることは避けてください

水道水は非常に水圧が高く、日常生活用強化防水の
時計でも防水不良になる恐れがあります。

耐磁性能について（磁気の影響）

アナログクオーツ時計は、身近にある磁気の影響を受け、時刻が狂ったり止まったりします。

※磁気により時刻が狂っても、遠ざければ正常に動きます。時刻を合わせ直してお使いください。

裏ぶた表示	お取扱方法
表示なし	磁気製品より10cm以上遠ざける必要があります。
	磁気製品より5cm以上遠ざける必要があります。（JIS水準1種）
	磁気製品より1cm以上遠ざける必要があります。（JIS水準2種）

時計に影響を及ぼす身の周りの磁気製品例

携帯電話（スピーカー部）　磁気健康バンド
バッグ（磁石の止め金）　磁気ネックレス
交流電気かみそり　磁気健康マット
携帯ラジオ（スピーカー部）　磁気健康枕
電磁調理器　など

アナログクオーツ時計が磁気の影響を受ける理由	内蔵されているモーターは磁石を使用しており、外からの強い磁力で互いに影響し合い、モーターを止めたり、無理に回転させてしまうためです。

バンドについて

バンドは直接肌に触れ、汗やほこりで汚れます。
そのため、手入れが悪いとバンドが早く傷んだり、肌のかぶれ・そで口の汚れなどの原因になります。長くお使いになるためには、こまめなお手入れが必要です。

金属バンド

○ ステンレスバンドも水・汗・汚れをそのままにしておくとさび易くなります。
○ 手入れが悪いとかぶれやワイシャツの袖口が黄色や金色に汚れる原因になります。
○ 水や汗・汚れは、早めに柔らかな布で取り除いてください。
○ バンドのすき間の汚れは、水で洗い、柔らかな歯ブラシ等で取り除いてください。
（時計本体は水にぬれないように台所用ラップなどで保護しておきましょう）

皮革バンド

○ 水や汗、直射日光には弱く、色落ちや劣化の原因になります。
○ 水がかかった時や汗をかいた後は、すぐに乾いた布などで吸い取るように軽く拭いてください。
○ 直接日光にあたる場所に放置しないでください。
○ 色味の薄いバンドは、汚れが目立ちやすいので、ご使用の際はご注意ください。

○ 時計本体が日常生活強化防水（10気圧防水）になっているものでも、アクアフリーバンド以外の皮革バンドは、入浴中や水泳、水仕事などでのご使用はお控えください。

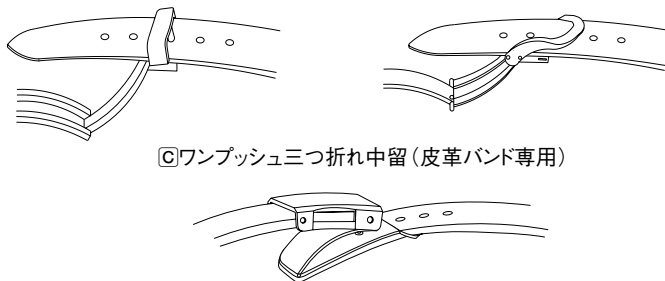
ポリウレタンバンド

○ 光で色が褪せたり、溶剤や空気中の湿気などにより劣化する性質があります。
○ 特に半透明や、白色、淡色のバンドは、他の色を吸着し易く、また変色をおこします。
○ 汚れたら水で洗い、乾いた布で良く拭き取ってください。
（時計本体は水にぬれないように台所用ラップなどで保護しておきましょう）
○ 弾力性がなくなり、ひび割れを生じたら取り替え時期です。

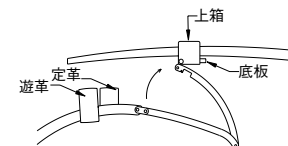
かぶれやアレルギーについて	バンドによるかぶれは、金属や皮革が原因となるアレルギー反応や、汚れもしくはバンドとのすれなど不快感が原因となる場合など、いろいろな発生原因があります。
バンドサイズの目安について	バンドは多少余裕をもたせ通気性をよくしてご使用ください。時計をつけた状態で、指一本入る程度が適当です。

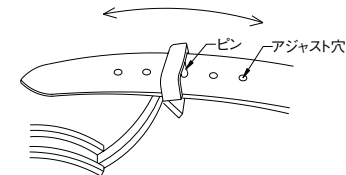
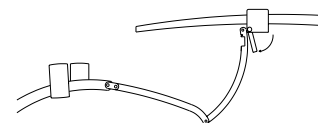
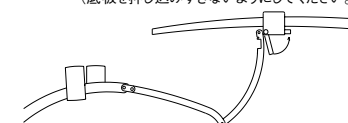
特殊な中留の使い方について

**皮革バンド、および、メタルバンドの一部に
特殊な中留を用いたものがございます。
お買い上げの時計の中留が下記のいずれかに当てはまる場合は、
各々の操作方法をご覧ください。**

Ⓐ三つ折れ中留（皮革バンド専用）　Ⓑワンプッシュ三つ折れ中留（皮革バンド、メタルバンド）

Ⓒワンプッシュ三つ折れ中留（皮革バンド専用）

Ⓐ三つ折れ中留（皮革バンド専用）の使い方

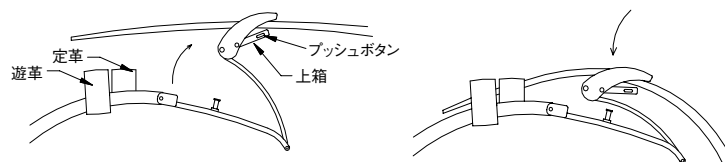
1）バンドを定革、遊革から抜いて、中留を開きます。

2）上箱の底板を下に開きます。

3）ピンをバンドのアジャスト穴から外し、バンドを左右にスライドさせて適切な長さのところでピンをアジャスト穴にもう一度入れます。

4）底板を閉めます。
（底板を押し込みすぎないようにしてください。）

※中留を装着するときは、バンドの剣先（先端）を定・遊革に入れてから、中留をしっかり留めて下さい。

Ⓑワンプッシュ三つ折れ中留（皮革バンド、メタルバンド）の使い方

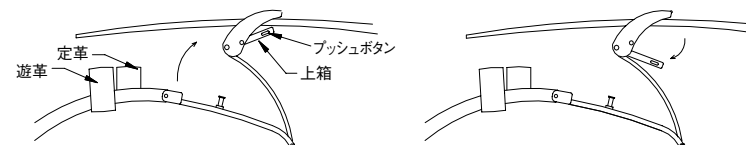
1 時計の着脱方法

1）両方のプッシュボタンを押しながらバンドを定革・遊革から抜いて、中留を開きます。

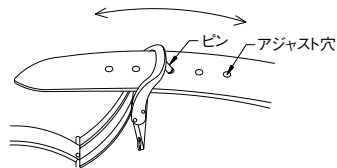
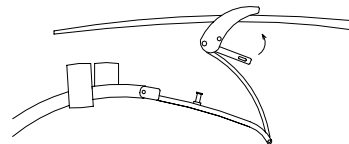
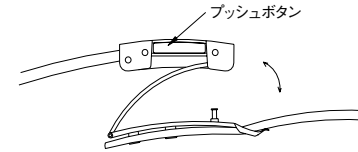
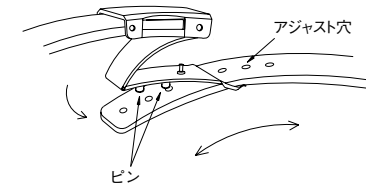
2）バンドの剣先（先端）を定革・遊革に入れてから、上箱の上面位置をしっかり押さえ留めます。

※メタルバンドの場合は、定革がないものがございます。

2 バンドの長さ調整方法

1）両方のプッシュボタンを押しながらバンドを定革・遊革から抜いて、中留を開きます。

2）もう一度プッシュボタンを押し上箱を下に開きます。

Ⓒワンプッシュ三つ折れ中留（皮革バンド専用）の使い方

3）ピンをバンドのアジャスト穴から外し、バンドを左右にスライドさせて適切な長さのところでピンをアジャスト穴に入れます。

ピン
アジャスト穴

4）プッシュボタンを押しながら上箱を閉めます。

1）プッシュボタンを押しながら中留を開きます。

2）バンドのアジャスト穴をピンから外し、バンドを左右にスライドさせて適切な長さのところでピンをアジャスト穴にもう一度入れプッシュボタンを押しながら中留をしっかり抑え留めます。

使用電池・電池寿命・精度について

機種は裏ぶたでご確認いただけます。
（「お手入れについて」をご覧ください）

機種 型式番号の前4桁（例:5T82-0AC0）	使用電池 SB-	電池寿命	精度（平均月差）
5T82	BP	約3年	±15秒

○ 上記の電池寿命は新しく電池を入れたときのものです。
※ただし、アラーム音を1日20秒以内を基準としていますので、それ以上使用した場合は上記の期間に満たないうちに電池寿命が切れる場合があります。
○ お買い上げ時の電池は検査用のモニター電池ですので、上記期間より早く切れる事があります。
○ 秒針が2秒おきに動くのは、電池が切れる合図です。
電池寿命切れ予告機能がはたらくと、アラーム設定してもアラーム音は鳴りませんが、故障ではありません。この場合でも時刻は正常です。
○ 精度は常温（5℃～35℃）において腕につけた場合のものです。
○ 作動温度範囲は－10℃～＋60℃です。

ルミブライトについて

〔お買い上げの時計がルミブライトつきの場合〕
ルミブライトは、放射能等の有害物質を全く含んでいない、環境・人に安全な畜光（蓄えた光を放出する）物質です。
ルミブライトは、太陽光や照明器具の明かりを短時間（10分間:500ルクス以上）で吸収して蓄え、暗い中で長時間（約3～5時間）光を放つ夜光です。なお、蓄えた光を発光させていますので、輝度（明るさ）は時間が経つに従ってだんだん弱まってきます。また、光を蓄える際のまわりの明るさや時計との距離、光の吸収度合いにより、光を放つ時間には多少の誤差が生ずることがあります。

〈照度データ〉（目安値）
①太陽光　［晴天］100,000ルクス　［曇天］10,000ルクス
②屋内（昼間窓際）　［晴天］3,000ルクス以上　［曇天］1,000～3,000ルクス
［雨天］1,000ルクス以下
③照明（白色蛍光灯40Wの下で）　［1m］1,000ルクス
［3m］500ルクス（通常室内レベル）
［4m］250ルクス

こんなときには

現象	考えられる原因	このようにしてください
時計が止まった	電池の容量がなくなった。	電池交換をお買上げ店にご依頼ください。
小秒針が2秒運針している。	電池寿命切れが近づいた。	
時計が一時的に進む／遅れる	暑いところ、または、寒いところへ放置した。	常温に戻れば元の精度に戻ります。時刻を合わせ直してください。この時計は気温5℃～35℃で腕につけたときに安定した時間精度が得られるように調整してあります。
	磁気を発生するもののそばに置いた。	磁気を遠ざけると、元の精度に戻ります。時刻を合わせ直してください。元に戻らない場合には、お買い上げ店にご相談ください。
	落としたり強くぶつけたりまたは激しいスポーツをした。 強い振動が加えられた。	時刻を合わせ直してください。 元に戻らない場合には、お買い上げ店にご相談ください。
ワールドタイムが正しく表示しない。 アラーム小時計がずれている。	磁気や外部からの衝撃が加えられた。	時刻等を合わせ直してください。ワールドタイムおよびアラームの時刻合わせを一緒に行います。 →「時刻合わせ、ワールドタイム合わせ、アラーム小時計の合わせ」を参照
ガラスのくもりが消えない	パッキンの劣化などにより時計内部に水分が入った	お買い上げ店にご相談ください。
日中、日付が切り替る	時刻合わせが12時間ずれている	12時間、針を進めて時刻を合わせ直してください。

※その他の現象は、お買い上げ店にご相談ください。

Thank you very much for choosing a SEIKO watch.
For proper and safe use of your SEIKO watch, please read carefully the instructions in this booklet before using.

Keep this manual handy for easy reference.

※Length adjustment service for metallic bands is available at the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER (listed on the back cover). The service may also be available on a chargeable basis at other retailers, however, some retailers may not undertake the service.

※Battery replacement is at cost even within the guarantee period.

The battery in the watch at the time of purchase is a monitor battery inserted in the watch at the factory for performance checks.
Therefore, the battery may run down earlier than the specified period.

To indicate the risks of serious consequences such as severe injuries unless the following safety regulations are strictly observed.

Do not remove the battery from the watch.

Keep the watch and accessories out of the reach of babies and children.

Care should be taken to prevent a baby or a child accidentally swallowing the battery or accessories.
If a baby or child swallows the battery or accessories, immediately consult a doctor, as it will be harmful to the health of the baby or child.

Immediately stop wearing the watch in following cases.

- ◯ If the watch body or band becomes edged by corrosion etc.
- ◯ If the pins protrude from the band.

※Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER (listed on the back cover).

⚠CAUTIONS To indicate the risks of light injuries or material damages unless the following safety regulations are strictly observed.

Avoid the following places for wearing or keeping the watch.

- ◯ Places where volatile agents (cosmetics such as polish remover, bug repellent, thinners etc.) are vaporizing
- ◯ Places where the temperature drops below 5 ˚C or rises above 35 ˚C for a long time
- ◯ Places of high humidity
- ◯ Places affected by strong magnetism or static electricity
- ◯ Dusty places ◯ Places affected by strong vibrations

※ Do not leave a dead battery within the watch for a long time as leakage might occur.

If you observe any allergic symptoms or skin irritation

Stop wearing the watch immediately and consult a specialist such as a dermatologist or an allergist

CAUTIONS

Other cautions

- ◯ Note that there is a risk of damaging your clothes, hand or neck with the band, cord or chain of the pocket watch or pendant watch.
- ◯ Do not disassemble or tamper with the watch.
- ◯ Keep the watch out of the reach of babies and children. Extra care should be taken to avoid risks of any injury or allergic rash or itching that may be caused when they touch the watch.

CONTENTS

HOW TO USE

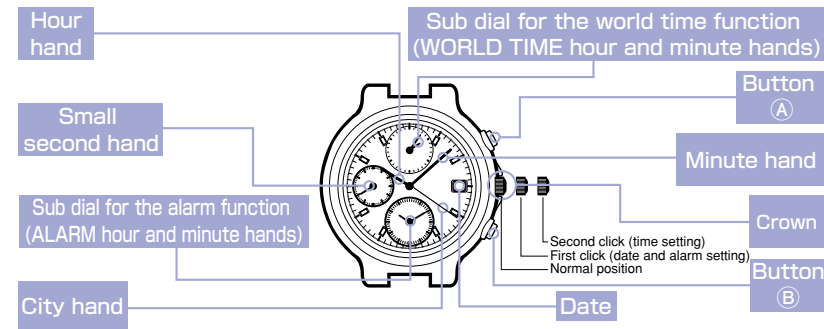
TO PRESERVE THE QUALITY OF YOUR WATCH

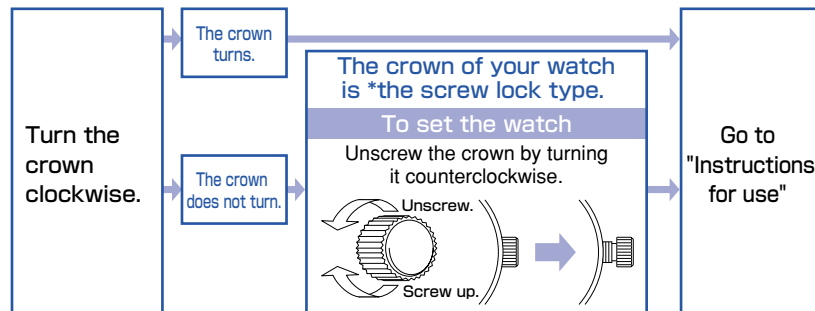
HOW TO USE

Characteristics

This analog watch is equipped with a main time function, a world time function and an alarm function.

The time is indicated by the hour, minute and small second hands.
The sub dial for the world time function located at the 12 o'clock position displays local time in a 24-hour indication for the city designated by the city hand. There are 24 selectable time zones.
The alarm can be set to ring only once at a designated time. The alarm time can be set within the coming 12 hours in 1-minute increments.
The watch features a sound demonstration function. (Alarm sound preview)

Names of the parts

※Some models may have a screw lock type crown.
(For details, refer to "Check the type of the crown of your watch" section.)
※The illustrations in the following sections of this manual may be simplified for the purpose of explanation.

Check the type of the crown of your watch

※This type of crown can be screwed into the watch body to avoid being pulled out by mistake.
- ○ After completing all settings of the watch, screw the crown in again by turning it clockwise while pressing it.
- ○ If the crown turns out to be too stiff to be screwed up, turn the crown counterclockwise once and then give another try.
- ○ Do not screw it in by force as it may damage the slots of the crown.

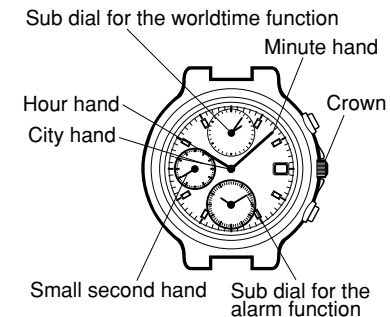
How to set the main time, world time and alarm time (main watch and sub dials)

This watch is designed so that the followings are all made with the crown at the second click position.
1) Time setting for the main watch
2) Time setting for the sub dial for the world time function
3) Position setting for the city hand
4) Time setting for the sub dial for the alarm function

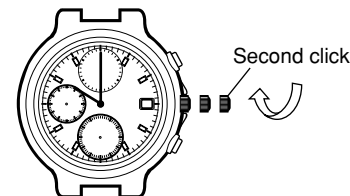
If the crown is pulled out to the second click, be sure to check or adjust 1), 2), 3) and 4) at the same time before pushing the crown in.

Sub dial for the worldtime function
Minute hand
Hour hand
Crown
City hand
Small second hand
Sub dial for the alarm function

⚠ Caution

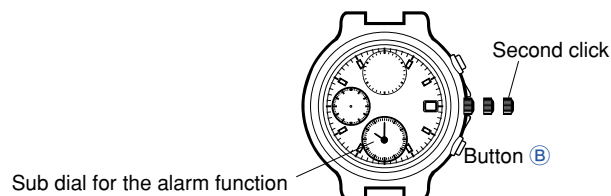
- **The WORLD TIME hands must be correctly set to the time for the city designated by the city hand. Failing to do so may lead to malfunction of the world time function.**

①Pull out the crown to the second click when the small second hand is at the 12 o'clock position.
The small second hand will stop on the spot.

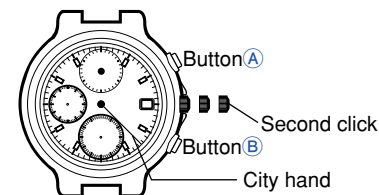
※If the alarm has been set and the crown is pulled out to the second click, the ALARM hands will turn rapidly to indicate the current time.

②Turn the crown to set the main time hands to the desire time.

It is recommended that the hands be set to the time a few minutes ahead of the current time, taking into consideration the time required to set the alarm hands and to adjust the stopwatch hand position if necessary.

※When setting the hour hand, check that AM/PM is correctly set. The watch is so designed that the date changes once in 24 hours.
※When setting the minute hand, first advance it 4 to 5 minutes ahead of the desired time, and then, turn it back to the exact minute.

③Press button Ⓑ to set the sub dial for the alarm function.
Set the sub dial for the alarm function to indicate exactly the same time as the main time function, which has been previously set in "②" above.

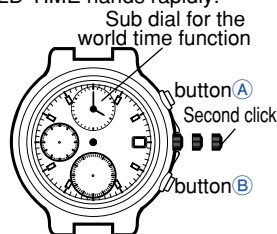
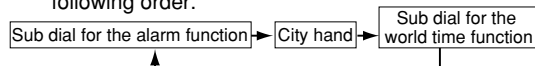
Pressing and holding button Ⓑ will advance the ALARM hands rapidly.

※The sub dial for the alarm function does not distinguish between AM and PM.

④Press and hold button Ⓐ for approximately 2 seconds. The city hand turns a full circle.
Press button Ⓑ repeatedly to set the city hand to the desired designated city, for which you know the current time. (In most cases, this is a city that belongs to the same time zone as your home city.)
Pressing and holding button Ⓑ will advance the city hand rapidly.

※While setting the city hand, the hand does not move from one city name to the next, but moves in 0.5-second increments.

⑤Press button A for another 2 seconds. The WORLD TIME hour and minute hands turn a full circle.

Press button Ⓑ to set the sub dial for the world time function to indicate the time for the city designated by the city hand.
Pressing and holding button Ⓑ will advance the WORLD TIME hands rapidly.

※The sub dial for the world time function has a 24-hour scale. Be sure that you read the WORLD TIME hour hand correctly

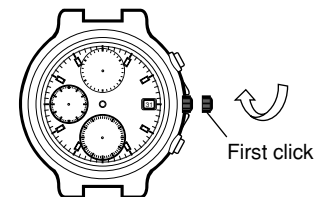
※Pressing button A for another 2 seconds will return the watch to a setting mode for the sub dial for the alarm function.
In the same manner, with each pressing of button A for 2 seconds, the setting mode will change in the following order.

⑥After all the adjustments are completed, push back in to normal position in accordance with a time signal.

※The telephone time signal service (TEL. 117) is helpful for setting the time.

How to set the date

○Be sure to set the main time before setting the date.

○It is necessary to adjust the date on the first day of March and months following 30-day months.

①Pull out the crown to the first click.

②Turn the crown clockwise to set the date.

※Do not set the date between 9:00 p.m. and 1:00 a.m. Otherwise, the date may not change properly. If it is necessary to set date during that time period, first change the time to any time outside it, set the date and then, reset the correct time.

③After all the adjustments are completed, push the crown back in to the normal position.

How to use the world time function

・The time in the 24 time zones in the world is displayed.
・The sub dial for the world time function located at the 12 o'clock position displays local time for the city designated by the city hand.
・The sub dial for the world time function indicates the time in a 24-hour indication and distinguishes between AM and PM.
・To display the time in cities where daylight saving time is adopted, select the clockwise adjacent time zone.

○How to read the sub dial for the world time function

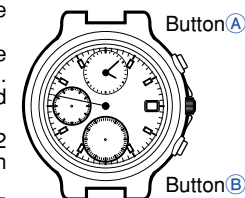
The sub dial for the world time function located at the 12 o'clock position displays local time for the selected city or time zone.

※The sub dial for the world time function has a 24-hour scale. Be sure that you read the WORLD TIME hour hand correctly.

○How to use the world time

〈The initial adjustment of the WORLD TIME hands must be performed at the same time as the main time setting.〉
If the WORLD TIME hands are not correctly set, the precise time of the selected city will not be displayed.
For details, refer to →「How to set the main time, world time and alarm time.」

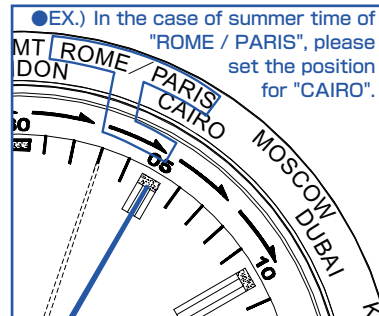
・Press either button Ⓐ or Ⓑ to select the city whose time you wish to know.
・Pressing button Ⓐ will turn the city hand clockwise, while pressing buttonⒷ will turn the city hand counterclockwise. Pressing and holding the button will move the city hand rapidly in either direction.
・The sub dial for the world time function located at the 12 o'clock position displays local time in a 24-hour indication for the selected city.

※If the time difference is large, wait until the WORLD TIME hour hand completely stops.
・To display the time in cities where daylight saving time is adopted, select the clockwise adjacent time zone during the period daylight saving time is effective.

On the bezel or the dial of your watch, the arrow marks are printed below the names of cities where daylight saving time is adopted. To display the local time of one of these cities during the period when daylight saving time is effective, set the city hand to the position where the arrow mark is pointing.

Summer time is daylight saving time. Advancing the watch one hour to prolong the daytime during longer daylight hours in summer.

While summer time is in effect, select the time zone 1 hour ahead.

Follow the direction of the arrow mark (clockwise) to advance the second hand for the length of one arrow mark.

※For time differences from GMT in major cities in the world, refer to 'Time Difference Table.

※Refer to the table below for time differences from GMT in major cities in the world.

Time difference with GMT	Names of the cities printed on the bezel or dial	Other cities
±0 hour	London★	Casablanca, Dakar
＋1 hour	Rome★, Paris★	Amsterdam★, Frankfurt★, Berlin★
＋2 hours	Cairo★	Athens★, Istanbul★, Kiev★, Cape Town★, Tripoli
＋3 hours	Moscow★	Jeddah, Mecca, Nairobi
＋4 hours	Dubai	
＋5 hours	Karachi	Tashkend
＋6 hours	Dacca	
＋7 hours	Bangkok	Phnom Penh, Jakarta
＋8 hours	Hong Kong	Manila, Beijing, Singapore
＋9 hours	Tokyo	Seoul, Pingyang
＋10 hours	Sydney★	Guam, Khabarovsk★
＋11 hours	Noumea	Solomon Islands
＋12 hours	Wellington★	Fiji Islands, Auckland★
－11 hours	Midway Islands	
－10 hours	Honolulu	

Time difference with GMT	Names of the cities printed on the bezel or dial	Other cities
－9 hours	Anchorage★	
－8 hours	Los Angels★	San Francisco★, Vancouver★
－7 hours	Denver★	Edmonton★
－6 hours	Chicago★	Mexico City★
－5 hours	New York★	Washington★, Montreal★, Toronto★
－4 hours	Caracas	Santiago★
－3 hours	Rio de Janeiro★	Buenos Aires
－2 hours		
－1 hour	Azores★	Cabo Verde

Cities marked with "★" use daylight saving time.
※The time differences and use of daylight saving time in each city are subject to change according to the governments of the respective countries or regions.

How to use the single-time alarm

・The single-time alarm rings only once at the designated time. As it rings, it is automatically disengaged.
・The alarm can be set within the coming 12 hours from the current time in one-minute increments.

When the alarm is disengaged, the alarm hands indicate the current time. When the alarm is engaged, the hands indicate the designated alarm time.

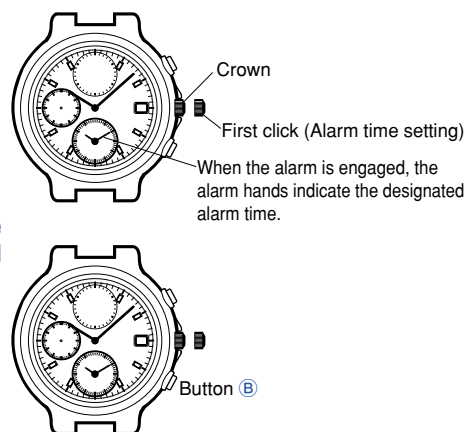
<Note on adjusting the alarm hands to the current time>
・Set the alarm hands to the current time at the same time as you set the main time. (Refer to "Setting the time and adjusting the stopwatch hand position".)

○How to set the alarm time

①Pull out the crown to the first click.

※Please note that, when the crown is pulled out to the first click, the stopwatch operation cannot be made.

②Press button Ⓑ to set the alarm hands to the desired alarm time.

The alarm hands move quickly if the button is kept pressed.

※If the alarm hands are advanced past the time for which you wish to set the alarm, keep button Ⓑ pressed to advance the hands further. They stop when they indicate the current time. Release the button, and then, press it again to re-set the desired alarm time.

※The alarm can be set within the coming 12 hours. If the current time is 10:08 a.m., it can be set for a time up to 10:07 p.m.

③After all the adjustments are completed, push the crown back in to the normal position.

※If the crown is left at the first click, the alarm will not ring. Be sure to push in the crown after setting the alarm time.

○To stop the alarm

At the designated alarm time, the alarm rings for 20 seconds and stops. To stop it manually, press button Ⓐ or Ⓑ.

※While the stopwatch is counting, the alarm sounds differently. This is not a malfunction. While the alarm is ringing, pressing button Ⓐ or Ⓑ will not make any stopwatch operation but only stops the alarm. After the alarm stops ringing, the normal stopwatch button operation will be return.
Once the alarm rings and is stopped, it is automatically disengaged.

○How to correct or cancel the alarm time

・To correct the alarm time you have set
・To cancel the alarm time you have set

①Pull out the crown to the first click.

②Press button Ⓑ to correct the alarm time. Pressing and holding button Ⓑ will advance the ALARM hands rapidly.

・To cancel the alarm, press button Ⓑ to set the alarm time to the current time. The easy way to do this is to keep pressing button Ⓑ to fast-forward the ALARM hands which will automatically stop when they reach the current time, and then release the button Ⓑ.

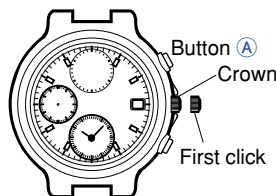
○Sound demonstration function (Alarm sound preview)

①Pull out the crown to the first click.

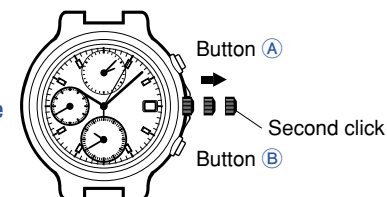
②Press and hold button Ⓐ for more than 2 seconds. The alarm sound can be heard while the button is kept pressed.

③Push the crown back in to normal position.

Button Ⓐ
Crown
First click

Necessary procedure after battery change

After the battery is replaced with a new one, or when an abnormal display appears, follow the procedures below to reset the built-in IC. The watch will resume its normal operation.

<HOW TO RESET THE IC>

1. Pull out the crown to the second click.
2. Press Button Ⓐ and Ⓑ at the same time for 3 seconds or longer.
3. Push the crown back in to the normal position and check if the hands move as normal.

※Resetting the IC will initialize the watch. Before starting to use the watch, it will be necessary to set the time and date. Refer to "How to set the main time, world time and alarm time" section of this manual.

Specifications

1. Frequency of crystal oscillator ······· 32,768 Hz (Hz = Hertz ... Cycles per second)
2. Loss/gain (monthly rate) ··········· ±15 seconds at normal temperature range (5˚ C ˜ 35˚ C)
   Alarm accuracy: ±1 minute
3. Operational temperature range ······ -10˚ C ˜ +60˚ C
4. Driving system ··················· Step motor, 4 pieces
5. Display system ··················· Main watch function
   Hour, minute and small second hands (1-minute increments)
   World time function
   WORLD TIME hour and minute hands (1-minute increments)
   City hand (The city hand moves from one time zone to the next at each step.)
   Alarm function
   ALARM hour and minute hands (1-minute increments)
6. Battery ·························· Miniature silver oxide battery SB-BP, 1 piece
7. Battery life ······················ Approximately 3 years provided that the alarm function is used for less than 20 seconds a day
9. IC (Integrated Circuit) ············· C-MOS-IC, 1 piece

※The above specifications are subject to change without prior notice for product improvements.

TO PRESERVE THE QUALITY OF YOUR WATCH

After-sale service

Repair parts

- ○ The repair parts of this watch will be retained usually for 7 years.
- ○ Some alternative parts may be used for repair if necessary.

Battery replacement

- ○ Contact the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER to have the battery replaced with a new one.
  It is recommended to exchange the gasket at the same time to maintain the water resistant performance.
- ○ Battery replacement will be at cost even within the guarantee period.
- ○ For a water resistant watch with 10 BAR or above, a water resistant performance check is also recommended.
  Please note that it may take some days to conduct the check.
- ○ If the watch runs down on a new battery, it requires an overhaul.

Notes on overhaul

The watch is a precision device. If the parts run short of the oil or get worn out, the watch may stop its operation or lose time. In such a case, have the watch overhauled. Be sure to have the gasket and push-pin replaced with new ones when overhauling the watch.

Notes on guarantee and repair

- ○ Contact the retailer the watch was purchased from or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER for repair or overhaul.
- ○ Within the guarantee period, present the certificate of guarantee to receive repair services.
- ○ Guarantee coverage is provided in the certificate of guarantee. Read carefully and retain it.

Guarantee

Within one year from the date of purchase, we guarantee free repair/adjustment service against any defects according to the following guarantee regulations, provided that the watch was properly used as directed in this instruction booklet.

Guarantee coverage

○ The watch body (movement･case) and metallic band.

Exceptions from guarantee

In following cases, repair/adjustment services will be at cost even within the guarantee period or under guarantee coverage.

○ Battery replacement and change of leather/urethane/cloth band
○ Troubles or damage caused by accidents or improper usage
○ Scratches or grime caused by use
○ Problems and damage caused by acts of god, natural disasters including fire, floods or earthquakes.
○ The certificate of guarantee is valid only if all the necessary items are properly filled in. We will not honor an altered or tampered certificate of guarantee for free repair services.

Free repair services are guaranteed only under the period and conditions specified in the certificate of guarantee. It does not affect specific legal rights of a consumer. The certificate of guarantee is valid only in Japan.

Procedure to claim free repair services

○ For any defects under guarantee, submit the watch together with the attached certificate of guarantee to the retailer from whom the watch was purchased.
○ If repair services cannot be provided by the retailer from whom the watch was purchased, contact SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER. In this case, the attached certificate of guarantee is also needed.

Others

○ The case, dial, hands, glass and bracelet, or parts thereof may be repaired with substitutes if the originals are not available. If necessary, movements will be replaced. Refer to the page 80 of this booklet for the retention period of the parts.
○ For length adjustment service of a metallic band, ask the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER. Other retailers may undertake the service on a chargeable basis.

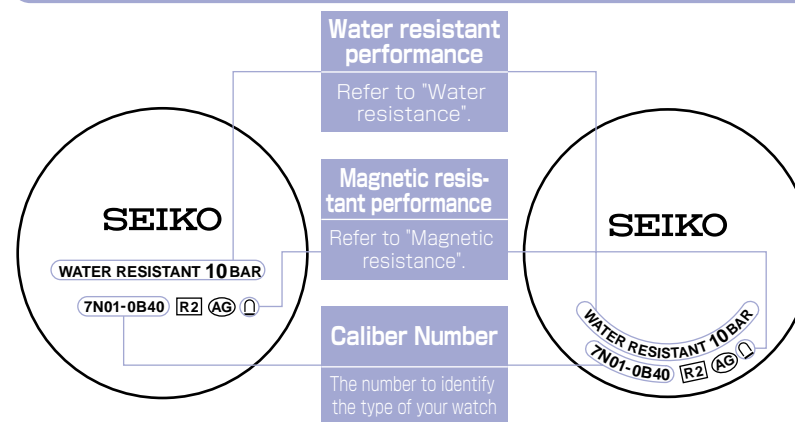
Daily care

The watch requires good daily care

○ Wipe away moisture, sweat or dirt with a soft cloth
○ To clean the clearances (around the metallic band, crown or case back), a soft toothbrush is convenient.
○ After soaking the watch in seawater, be sure to wash the watch in clean pure water and wipe it dry carefully.

Turn the crown from time to time

○ In order to prevent corrosion of the crown, turn the crown from time to time.
○ The same practice should be applied to a screw lock type crown. (No need to pull out the screw lock type crown.)

The case back shows the caliber and performance of your watch

※The figure above is one example. Performance of your watch is different from above sample.

Water Resistance

Refer the table below for the description of each degree of water resistant performance of your watch before using.
(Refer to " P.85 ")

Indication on the case back	Water resistant performance	Condition of Use
No indication	Non-water resistance	Avoid drops of water or sweat
WATER RESISTANT	Water resistance for everyday life	The watch withstands accidental contact with water in everyday life. ⚠ WARNING Not suitable for swimming
WATER RESISTANT 5 BAR	Water resistance for everyday life at 5 barometric pressures	The watch is suitable for sports such as swimming.
WATER RESISTANT 10(20) BAR	Water resistance for everyday life at 10(20) barometric pressures.	The watch is suitable for diving not using an air cylinder.

⚠ **Cautions**

- ○ In order to maintain the water resistant performance at factory-adjusted level, make sure to replace the gasket when changing the battery.
- ○ For a water resistant watch with 10 BAR or above, be sure to have the water resistant performance check when changing the battery.

⚠ WARNING

Do not use the watch in scuba diving or saturation diving.

The various tightened inspections under simulated harsh environment, which are usually required for watches designed for scuba diving or saturation diving, have not been conducted on the water-resistant watch with the BAR (barometric pressure) display. For diving, use special watches for diving.

⚠ CAUTION

※ If the inner surface of the glass is clouded with condensation or water droplets appear inside of the watch for a long time, the water resistant performance of the watch is deteriorated. Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTMER SERVICE CENTER (listed on the back cover).

Do not turn or pull out the crown when the watch is wet.

Water may get inside of the watch.

⚠ CAUTION

Do not leave moisture, sweat and dirt on the watch for a long time.

Be aware of a risk that a water resistant watch may lessen its water resistant performance because of deterioration of the adhesive on the glass or gasket, or the development of rust on stainless steel.

Do not wear the watch while taking a bath or a sauna.

Steam, soap or some components of a hot spring may accelerate the deterioration of water resistant performance of the watch.

Do not pour running water directly from faucet.

The water pressure of tap water from a faucet is high enough to degrade the water resistant performance of a water resistant watch for everyday life.

Magnetic resistance (affect of magnetic field)

Affected by nearby magnetism,
a quartz watch may temporarily gain or lose time or stop operating.

※This defective condition caused by magnetism will be corrected soon after the watch is removed from the magnetic source. Reset the time once again before using the watch.

Indication on the case back	Condition of use
No indication	Keep the watch more than 10 cm away from magnetic products.
∩	Keep the watch more than 5 cm away from magnetic products. (JIS level-1 standard)
∩	Keep the watch more than 1 cm away from magnetic products. (JIS level-2 standard)

Examples of common magnetic products that may affect watches

- Cellular phone (speaker)
- Bag (with magnet buckle)
- AC-powered shaver
- Portable radio (speaker)
- Magnetic cooking device
- Magnetic health belt
- Magnetic necklace
- Magnetic health mat
- Magnetic health pillow
- etc

The reason why analogue quartz watch is affected by magnetism.	It is because the built-in motor of the watch, which harnesses magnetic power and external strong magnetism, affect each other to stop the motor or suppresses the turn of the motor.

Band (maintenance procedure)

The band touches the skin directly and becomes dirty with sweat or dust.
Therefore, lack of care may accelerate deterioration of the band or cause skin irritation or stain on the sleeve edge. The watch requires a lot of attention for long usage.

Metallic band

◯ Moisture, sweat or soil will cause rust even on a stainless steel band if they are left for a long time.
◯ Lack of care may cause a yellowish or gold stain on the lower sleeve edge of shirts.
◯ Wipe off moisture, sweat or soil with a soft cloth as soon as possible
◯ To clean the soil around the joint gaps of the band, wipe it out in water and then brush it off with a soft toothbrush.
(Protect the watch body from water splashes by wrapping it up in plastic wrap etc.)

Leather band

◯ A leather band is susceptible to discoloration and deterioration from moisture, sweat and direct sunlight.
◯ Wipe off moisture and sweat as soon as possible by gently blotting them up with a dry cloth.
◯ Do not expose the watch to direct sunlight for a long time.
◯ Please take care when wearing a watch with light-colored band, as dirt is likely to show up.

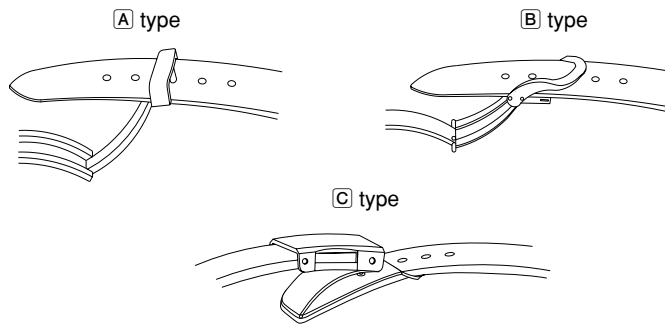
◯ Refrain from wearing a leather band watch other than Aqua Free bands while bathing, swimming, and when working with water even if the watch itself is water-resistant enforced for daily use (10-BAR water resistant).

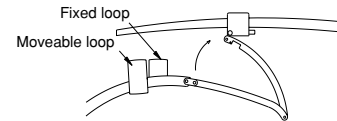
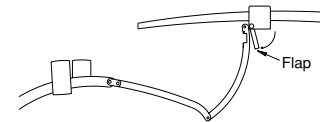
Polyurethane band

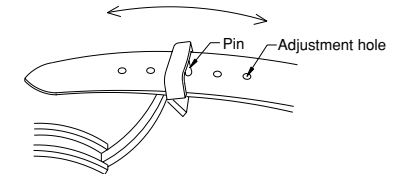
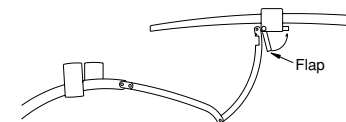
◯ A polyurethane band is susceptible to discoloration from light, and may be deteriorated by solvent or atmospheric humidity.
◯ Especially a translucent, white, or pale colored band easily adsorbs other colors, resulting in color smears or discoloration.
◯ Wash out dirt in water and clean it off with a dry cloth.
(Protect the watch body from water splashes by wrapping it up in plastic wrap etc.)
◯ When the band becomes less flexible or cracked, replace the band with a new one.

Notes on skin irritation and allergy	Skin irritation caused by a band has various reasons such as allergy to metals or leathers, or skin reactions against friction on dust or the band itself.
Notes on the length of the band	Adjust the band to allow a little clearance with your wrist to ensure proper airflow. When wearing the watch, leave enough room to insert a finger between the band and your wrist.

Special Clasps

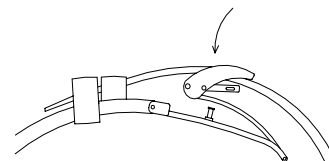
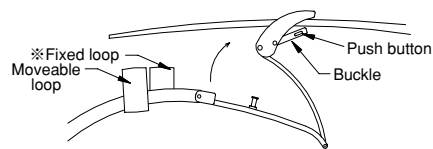
There are 3 type of special clasps as described below;
If the clasp of the watch you purchased is one of them,
please refer to the indications.

A Type

1) Lift up the clasp to release the buckle.

2) Open the flap.

3) Take the pin out of the adjustment hole, adjust the size of the strap by sliding it back and forth, and then put the pin back into the appropriate adjustment hole.

Pin
Adjustment hole

4) Close the flap.

B Type

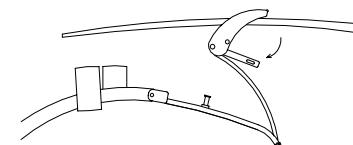
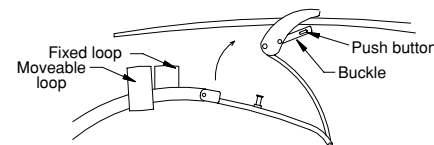
1 How to wear or take off the watch

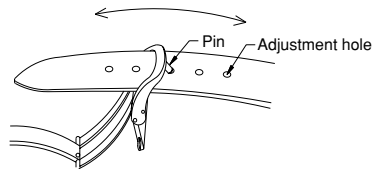
1) Press the button on both sides of the buckle ; pull the buckle up.
The band will automatically come out of the loop.

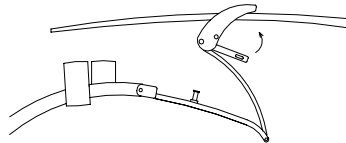
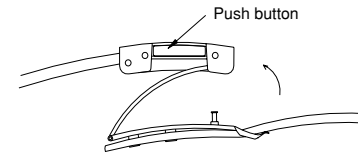
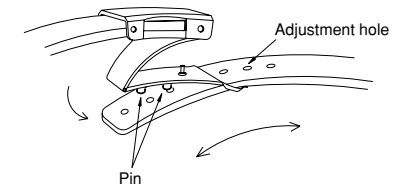
2) Place the tip of the band into the moveable loop and fixed loop, and fasten the clasp by pressing the frame of the buckle.

※No Fixed loop with Metal Bracelets.

2 How to adjust the length of the leather band

1) With pressing buttons on both sides of the buckle, pull the leather band out of the moveable loop and fixed loop. Then open the clasp.

2) Press the push buttons again to unfasten the buckle.

3）Pull the pin out of a adjustment hole of the band. Slide the band to adjust its length and find an appropriate hole. Place the pin into the hole.

Pin
Adjustment hole

4）Fasten the buckle with pressing the push buttons.

Ⓒ Type

1）Press the button on the buckle, and lift to open the clasp.

2）To adjust : Pull the pins out of the adjustment holes on the band. Slide the band to the appropriate length. Push the pins into the new holes on the band.

Battery/Battery life/Accuracy

Battery life and its accuracy vary depending on the type of your watch.
Check the case back of your watch to identify the type of watch.
(Refer to " Daily care ".)

Type of watch (The first four digits of the caliber number of your watch Ex. 7T62-OACO)	Battery SB–	Battery life	Loss/Gain (per month)
5T82	BP	Approx. 3 years	±15 seconds

○ The battery life shown above is for a watch with a new battery.
※ However, if the stopwatch is used for more than 2 hours a day and/or the alarm for more than 20 seconds a day, the battery life may be less than three years.
○ The battery in the watch at the time of purchase is a monitor battery inserted in the watch at the factory for performance checks, therefore, the battery may run down earlier than the above-specified period.
○ When the battery is exhausted, the second hand moves at two-second intervals.
While the small second hand is moving at two-second intervals, the alarm will not ring even if it is engaged. This is not a malfunction, and also the time accuracy is not affected.
○ The accuracy is under the condition that the watch is worn on the wrist in a normal temperature range between 5 ℃ and 35 ℃.
○ Operational temperature range is -10 ℃～+60 ℃(14℉～140℉)

Lumibrite

[If your watch has lumibrite]
LumiBrite is a luminous paint that is completely harmless to human beings and natural environment, containing no noxious materials such as radioactive substance.
LumiBrite is a newly-developed luminous paint that absorbs the light energy of the sunlight and lighting apparatus in a short time and stores it to emit light in the dark.
For example, if exposed to a light of more than 500 lux for approximately 10 minutes, LumiBrite can emit light for 5 to 8 hours. Please note, however, that, as LumiBrite emits the light it stores, the luminance level of the light decreases gradually over time. The duration of the emitted light may also differ slightly depending on such factors as the brightness of the place where the watch is exposed to light and the distance from the light source to the watch.

<Reference data on the luminance>
(A) Sunlight
[Fine weather]: 100,000 lux [Cloudy weather]: 10,000 lux
(B) Indoor (Window-side during daytime)
[Fine weather]: more than 3,000 lux [Cloudy weather]: 1,000 to 3,000 lux
[Rainy weather]: less than 1,000 lux
(C) Lighting apparatus (40-watt daylight fluorescent light)
[Distance to the watch: 1m]: 1,000 lux
[Distance to the watch: 3m]: 500 lux (average room luminance) [Distance to the watch: 4m]: 250 lux

Troubleshooting

Problem	Possible causes	Solution
The watch has stopped operating.	The battery has run down.	Have the battery replaced with a new one immediately by the retailer from whom the watch was purchased.
The second hand moves at two-second intervals.	The battery nears its end.	
The watch temporarily gains or loses time.	The watch has been left or worn in extremely high or low temperatures.	Return the watch to a normal temperature so that it works accurately as usual, and then reset the time. The watch has been adjusted so that it works accurately when it is worn on your wrist under a normal temperature range between 5℃ and 35℃.
	The watch has been left close to an object with a strong magnetic field.	Correct this condition by moving and keeping the watch away from the magnetic source so that it works accurately as usual, and then reset the time. If this action does not correct the condition, contact the retailer from whom the watch was purchased.
	You drop the watch, hit it against a hard surface, or wear it while playing active sports. The watch is exposed to strong vibrations.	Reset the time. If the watch does not return to its normal accuracy after resetting the time, contact the retailer from whom the watch was purchased.
The world time function does not display the time correctly. The sub dial for the alarm function shows the wrong time.	The watch has been exposed to a magnetic field or strong external vibrations.	Reset the time. At the same time, reset the world time and alarm time referring to "How to set the main time, world time and alarm time."
The inner surface of the glass is clouded.	Moisture has entered the watch because the gasket has deteriorated.	Contact the retailer from whom the watch was purchased.
The date changes at 12 o'clock noon.	AM/PM is not properly set.	Advance the hands by 12 hours to reset the time and date.

※For the solution of troubles other than the above, contact the retailer from whom the watch was purchased.